

**UNIVERZITET U SARAJEVU**

**FILOZOFSKI FAKULTET**

**ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU**

Završni magistarski rad

**DINAMIKA BRAČNIH ODNOSA TOKOM RAZLIČITIH  
FAZA ŽIVOTA**

**MENTOR:**

**Doc. dr. Đenita Tuće**

**STUDENT:**

**Emina Šehović**

Sarajevo, 2021.

## Sažetak

U ovom radu se nastojalo odgovoriti na pitanja vezana za brak i bračne odnose. Opisana je bračna dinamika kroz različite faze života kroz koje prolaze bračni partneri. Navedene su definicije braka, obitelji, roditeljstva, kao i dinamika suvremenih i tradicionalnih obitelji, zatim raspodjela uloga i dužnosti u braku, bračni odnosi nakon dolaska djece te nakon odlaska djece iz roditeljskog doma. Opisane su različite faze rasta i razvoja te specifični zadaci svake faze, počevši od faze biranja partnera, odluke o stupanju u brak te početku zajedničkog življenja koji se smatra jednom od najsloženijih faza u životnom ciklusu porodice, jer se u tom periodu gradi novi identitet koji bi trebao da se zasniva na obostranom zadovoljstvu partnera. Stavovi prema rodnim ulogama također određuju dinamiku procesa u obitelji. Rodne razlike u ponašanju i preuzimanju različitih dužnosti objašnjene su brojnim teorijama koje su navedene u radu. Podjela uloga između žena i muškaraca još uvijek je vidljiva u suvremenim društvima. Danas su najčešće i majka i otac zaposleni te jednako sudjeluju u financijskom doprinosu obitelji. Roditeljstvo kao naredna faza životnog ciklusa obitelji također utiče na partnerski odnos. Prisutnost djeteta mijenja odnose između roditelja te uzrokuje promjene i u svakodnevnim ritualima, što zahtijeva prilagodbu oba partnera. Dinamika njihovog odnosa se neupitno mijenja. U radu je opisano kako na partnere utiču različite faze djetetovog života, kao i to kako na razvoj djece utiču odnosi između partnera. Odlazak mladih iz roditeljskog doma je faza koja nekim roditeljima teško pada te se kod njih javlja sindrom praznog gnijezda. Nakon odlaska djece bračni parovi nakon dugo godina ponovo ostaju sami, te je potrebno da se ponovo prilagode jedno drugom, da pronađu zajedničke aktivnosti koje ih ispunjavaju i u kojima mogu uživati. Svaki od ovih perioda zahtijeva od bračnog para novu prilagodbu i redefiniranje uloga, očekivanja i odgovornosti.

**Ključne riječi:** brak, bračni odnosi, obitelj, bračna dinamika, roditeljstvo, prazno gnijezdo

## SADRŽAJ

<b>1. UVOD.....</b>	<b>3</b>
<b>2. ODLUKA O STUPANJU U BRAK .....</b>	<b>5</b>
2.1. Izbor partnera .....	7
2.2. Tradicionalne i suvremene obitelji.....	9
2.3. Život u dvoje .....	12
<b>3. RASPODJELA ULOGA I DUŽNOSTI U BRAKU I BRAČNA DINAMIKA.....</b>	<b>13</b>
3.1. Rodne uloge i podjela rada u domaćinstvu.....	13
<b>4. BRAČNI ODNOSI NAKON DOLASKA DJECE .....</b>	<b>17</b>
4.1. Dolazak prinove u obitelj .....	20
4.2. Nove faze djetetovog života i bračna dinamika .....	23
<b>5. SINDROM PRAZNOG GNIJEZDA I BRAČNA DINAMIKA.....</b>	<b>25</b>
5.1. Sindrom praznog gnijezda .....	26
5.2. Povratak u "život u dvoje".....	29
<b>6. ZAKLJUČCI .....</b>	<b>31</b>
<b>7. LITERATURA: .....</b>	<b>34</b>

## 1. UVOD

Brak ima svoje socijalno i individualno značenje. Socijalno značenje odnosi se na viđenje braka kao institucije, tj. socijalne strukture koja osigurava održavanje kulturalnih potreba; to je sustav obaveza, prava i privilegija uloga koje su legalizirane civilnim ugovorom koji se može raskinuti ako se oko toga slažu obje strane. Individualno značenje ogleda se u intimnom povezivanju i obvezivanju na trajnost relacije s voljenom osobom. Iako se ovakva pojašnjenja doimaju prilično jednoznačno, ipak je, iz praktičnih i teorijskih razloga, braku važno dati i sljedeće značenje (Pernar, 2010). Prije se brak definirao kao zajednica muškarca i žene. U postmoderni brak više nije samo između muškarca i žene, već on može biti i između pripadnika istog spola. Isto tako mijenja se i definicija obitelji. „Klasične definicije obitelji koje uzimaju brak i krvno srodstvo kao njezina bitna određenja više ne pokrivaju sve tipove obitelji“ (Maleš, 2012). Prema Pernar (2010), bračni odnos ima četiri faze: novopečeni brak, roditeljski brak, brak srednje dobi i brak starije dobi.

Definicije braka mijenjale su se kroz povijest održavajući njegova moralna ili biološka obilježja kao što su rađanje djece, zajedničko življenje kao preduvjet braka i sl. Obično je brak zajednica između jednog muškarca i jedne žene koja je regulirana zakonima, običajima, pravilima, vjerovanjima i stavovima koji propisuju prava i obveze partnera. Sociološke definicije braka naglašavaju nagonsku, tzv. seksualnu komponentu braka kao zajednice dvaju ili više osoba, no uzevši u obzir vrijeme i kulturološko okruženje, brak ima i druge važne komponente za sklapanje. Zakonskom definicijom, brak je namijenjen samo ženi i muškarcu. Uspješnost bračnog odnosa, partneri određuju sami uzajamnim poštovanjem, svojim sposobnostima, spremnošću za ravnopravno uređenje te ispunjavanjem svojih bračnih dužnosti (Georgievski, 2019). Psihološka definicija braka bila bi da je brak životna zajednica dvoje ljudi u kojoj oboje nalaze puno zadovoljenje svojih ljubavnih i spolnih potreba. U toj zajednici, bračnim drugovima trebalo bi biti omogućeno potpuno psihičko opuštanje-rasterećenje, kao protuteža psihičkim opterećenjima, teškoćama i sukobima u životnoj djelatnosti čovjeka izvan braka. U braku bi neka osoba trebala naći potpuno razumijevanje i ispunjenje svojih čuvstvenih potreba (Movrić, 1979). U brak se donosi psihološko nasljeđe dvaju obiteljskih sustava. Bračni par prolazi svoj razvoj nastojeći zadovoljiti svoje uzajamne potrebe, što je u konačnici povezano i s individualnim razvojem. Partneri ravnopravno pridonose kompoziciji odnosa. U brak se stupa zbog biološke datosti žene i muškarca, njihovih nagonskih potreba i potreba za roditeljstvom, zbog težnji za blizinom i prisnošću s

drugom osobom (Štalekar, 2010). Univerzalnost braka unutar različitih društava i kultura je pripisana brojnim osnovnim društvenim i osobnim potrebama kojima daje društveno prihvaćeni okvir kao što su regulacija i zadovoljavanje seksualnih nagona, podjela rada između spolova, ekonomska proizvodnja i potrošnja te zadovoljenje osobnih potreba pojedinca za privrženošću, položajem u zajednici i ljudskim društvom. Najvažnija funkcija braka gotovo sigurno proizlazi iz osnovne ljudske potrebe za stvaranjem potomstva tj. prirodnog nagona za biološkim razmnožavanjem, skrbi o potomstvu te njihovom obrazovanju i socijalizaciji kao i uređivanjem problema nasljeđivanja i osobnog podrijetla svakog pojedinca. Brak se u različitim oblicima može naći u gotovo svakoj društvenoj zajednici (Britannica, 2020). Psiholog Brajša (2009) je dao sljedeću definiciju braka: „Brak je specifičan, dugotrajan, neposredan, intiman odnos dvoje odraslih ljudi različita spola unutar opisane svakodnevne bračne stvarnosti, s vanjskim prividom i unutarnjim realitetom, uza svjesnu i racionalnu, ali i nesvjesnu i iracionalnu stranu, koji unutar obitelji nastavlja svoju egzistenciju i razvoj“. Iz navedene definicije može se iščitati da su brak i obitelj povezani i uzrokuju međusobno supostojanje, što nije slučaj kod različitih oblika slobodnih veza.

U ovom radu nastojat ćemo odgovoriti na sljedeća pitanja vezana za brak i bračne odnose:

1. Kako se mlade osobe odlučuju na brak i kako biraju bračnog partnera? Koje su osnovne karakteristike tradicionalnih i savremenih obitelji? Šta sve podrazumijeva život u dvoje?
2. Na koji način su tradicionalne rodne uloge, podjela rada u domaćinstvu i usklađivanje radne i obiteljske uloge povezani sa bračnom dinamikom?
3. Kako nova životna uloga, tj. rođenje djeteta utiče na bračni odnos? Kako na partnerski odnos utiču nove faze djetetovog života (npr. polazak u školu, ulazak u pubertet, priprema za osamostaljivanje djeteta i odlazak iz obiteljskog doma)?
4. Kako se supružnici nose sa tzv. sindromom praznog gnijezda? Da li povratak u „život u dvoje“ za njih znači novi početak ili bračnu krizu?

## 2. ODLUKA O STUPANJU U BRAK

Svaka porodica na svom životnom putu ima kružni oblik i označava se kao životni ciklus porodice. Životni ciklus porodice započinje brakom ili partnerstvom kao samostalnim načinom života. U rastu i razvoju porodice su pod stalnim utjecajem društva i kulture i jedan od važnih zadataka svake porodice je prilagođavanje na zahtjeve i dešavanja u društvu. Životni ciklus svake porodice je proces koji se odvija kroz faze rasta i razvoja i svaka faza razvoja ima svoje specifične zadatke (Kuluglija, 2014).

U današnje vrijeme sve se više mladih ljudi kasno odlučuje za brak ili čak uopšte ne staju na „ludi kamen“. Oni koji se ipak odluče na to, ne žele ništa tradicionalno, te sve više odbacuju običaje iz vremena svojih roditelja. Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode da je odgoda braka izražena u razvijenim zemljama, te se neka društva već nazivaju „društvima kasne ženidbe“. Razdoblje između 18. i 30. godine smatra se „demografski zgusnutim razdobljem“, jer tada mladi čovjek mora odlučiti o napuštanju obitelji podrijetla, o stupanju u partnerstvo i rađanju prvog djeteta. Znatne demografske promjene u posljednjim desetljećima djelomice su posljedica promjena u tim odlukama. Osnovna se promjena ogleda u odgodi - odgodi odlaska od kuće, odgodi stvaranja stabilnih veza i braka i odgodi rađanja djece. Odgoda vjenčanja i veća dob prvog stupanja u brak proizvodi nove oblike osamostaljivanja i odrastanja, koji prije nisu bili poznati, a to su samostalni život izvan roditeljske kuće i kohabitacija. Novi oblici osamostaljenja mladih uzrokuju promjenu stavova o stvaranju obitelji i rađanju djece. Mladi koji ostaju u obiteljskom domu imaju mnoge ekonomske povlastice: malo pridonose obiteljskom proračunu, ne plaćaju stan i hranu, a koristeći sve kućanske usluge majčinog kuhanja i spremanja, produžuju godine bezbrižnog života, osobito ako su pritom i zaposleni. Za njih brak predstavlja gubitak svih tih povlastica (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Sindrom produžene adolescencije jedan je od najčešćih "bolesti" modernih društava od koje "oboljevaju" mnogi mladi širom Europe i svijeta. Budući da je trend produženog stanovanja s roditeljima relativno nov i neistražen fenomen na ovim prostorima, rijetka su znanstvena istraživanja koja se njime bave. Bauk (2013) ističe da u literaturi koja se bavi fenomenom produženog stanovanja s roditeljima ne postoji suglasje oko toga koja je granična dob za proučavanje ovog fenomena. Neki će autori donju granicu postaviti na 15 godina, neki drugi na 18 ili čak na 21 godinu. Također, ne postoji suglasje niti oko gornje dobne granice mladosti koja se u literaturi kreće od 29. do 35. godine. Mladost je u suvremenom društvu

iznimno kompleksna i široka kategorija te je uistinu teško odrediti je fiksnim dobnim granicama. Međutim, kako Bauk (2013) navodi, u svim modernim društvima danas se bilježi trend produžavanja ovog životnog perioda. Na prijelazu stoljeća sve veći broj mladih osoba svoje dvadesete, a nerijetko i tridesete, godine provodit će u roditeljskom domu. Iako su posljedice ovakvog načina života prilično mnogobrojne, kompleksne te podložne raznim interpretacijama, većina autora se ipak slaže u jednoj stvari - posljedice produženog stanovanja s roditeljima su u najvećem broju slučajeva negativne. U nekim slučajevima produženo stanovanje s roditeljima može djelovati pozitivno na mnoge aspekte života mladih ljudi te nikako ne treba isključivati mogućnost da je produženi boravak u roditeljskom domu racionalan odabir.

Na Zapadu je sve popularniji zajednički život parova izvan bračne zajednice koji spada u oblik slobodnih veza. Nevjenčana životna zajednica može se odrediti kao na neko određeno vrijeme uspostavljene veze spolno različitih partnera, koje se ostvaruju u zajedništvu stanovanja i kućanstva, te životnoj i seksualnoj zajednici, bez da se taj odnos potvrdi sklapanjem braka. Često su takve zajednice mjesto ispitivanja stabilnosti partnerske veze s ciljem da se uvidi jesu li partneri kompatibilni za ulazak u bračnu zajednicu (Koračević, 1999).

Jedno od mogućih objašnjenja odluke kasnog stupanja u brak mogle bi biti finansije. Danas je sve manje roditelja koji su u mogućnosti da finansiraju svadbu svoje djece, ali ni mladi nisu u boljoj poziciji. Zbog malih primanja ne mogu sebi da priušte velika slavlja. Ljudi također ne žele da se uvlače u dugove koje sa sobom nose stambeni krediti. Određeni broj parova se odlučuje na brak tek nakon zajedničkog života s partnerom (kohabitacija). Istraživanja promjena vrijednosti prema stvaranju bračne zajednice (Axinn i Barber, 1997; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006) pokazuju da kohabitacija, za razliku od samostalnog života izvan roditeljskog doma, znatno smanjuje želju za sklapanjem braka i rađanjem djece, dok istodobno povećava toleranciju prema rastavi braka. Ti su negativni stavovi prema braku i djeci to čvršći što duže traje kohabitacija. No, novija istraživanja pokazuju (McGinnis, 2003; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006) da kohabitacija zaista mijenja percepciju braka, ali istodobno smanjuje privlačnost braka, a i njegovu odbojnost. Zbog toga pojedinci koji kohabiraju imaju zapravo veću motivaciju za sklapanje braka, nego pojedinci koji samo „hodaju“. No, kohabitacija odgađa brak i rađanje djece, a ta dva čimbenika umanjuju vjerovatnost braka i rađanja (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Autori Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode da pojedinci koji sklapaju brak smatraju da je njegova važnost velika te da o kvaliteti braka ovisi koliko će ta institucija zaživjeti zadovoljavajući mnoge potrebe pojedinca kako za pripadanjem tako i za zajedništvom, zaštitom, intimom i sigurnošću. Intimni bračni procesi unutar zajednice konstatiraju se kao dugotrajne emocije čija se jačina tokom vremena mijenja, te su važni za održivost stabilnih bračnih odnosa i kvalitetu braka. U bračne procese svrstavaju se: intimni i spolni odnosi u braku te seksualno ponašanje, vjernost i odanost partnera, komunikacija između partnera, ljubav i preljub u braku, ljubomorno ponašanje partnera te bračni sukobi.

Danas se ljubav i brak smatraju nerazdvojnim pojmovima gdje je ljubav upravo glavni razlog za sklapanje braka uzevši u obzir da su se do početka dvadesetog stoljeća smatrali odvojenima. Određena očekivanja zvana romantični mit koncipirana su poput nerealnih očekivanja i zabluda o ljubavi, intimnosti i seksualnom ponašanju koje je tipičnije za žene te za starije i slabije obrazovane pojedince. Utvrđeno je da prihvaćanje romantičnog mita utječe na ponašanje partnera u braku te da stvara poteškoće u partnerskim odnosima (Roda, Martinez-Ingo i Yela, 1999; prema Kardum, 2015).

Bez razumijevanja partnera te dobrog komuniciranja kao jednog od bračnih procesa koji ujedno predstavlja važno područje partnerskih odnosa nema intimnosti koja je temelj bračnih odnosa, pa stoga loša komunikacija stvara nesporazume među partnerima što često može rezultirati sukobima. Sva istraživanja pokazuju da je komunikacija kod muškaraca natjecateljskog karaktera zato što ih se već u ranom djetinjstvu potiče na natjecanje i hijerarhijski odnos u obitelji čime žele postići neovisnost i dominaciju, dok žene kroz komunikaciju žele uspostaviti odnos i što veću intimnost što ih se uči u djetinjstvu (Olson i DeFrain, 2003; prema Kardum, 2015).

## **2.1. Izbor partnera**

Jedan od prvih razvojnih zadataka mladih odraslih osoba je da se odvoje od jedne nuklearne obitelji (roditelji i djeca) da bi stvorili drugu. Tako obitelj reproducira samu sebe. Prvi korak u tom procesu obiteljske reprodukcije je biranje partnera. Odabir partnera s kojim ćemo dijeliti životne radosti i dužnosti (s kojim ćemo uspostaviti međuovisnost). Obično je obilježen ceremonijom vjenčanja (Schaie & Willis, 2001).



Prilikom odabira partnera, danas imamo potpunu slobodu izbora, dok je u prošlosti to bilo drugačije, ta odluka se nije prepuštala samo osobi koje se ta odluka tiče. Uglavnom su izbor bračnih partnera vršili članovi njihovih porodica i nisu uzimali u obzir želje ili osjećaje budućih supružnika. Naročito je za žene izbor partnera vjekovima bio samo priželjkivani, a rijetko ostvareni ideal. Kokanović (2018) navodi da one nisu imale pravo biranja, te su morale biti sretno da budu odabrane. Dobri partnerski odnosi temelje se na realnim očekivanjima partnera, što znači da partneri ne bi trebali očekivati da će veza ispuniti baš sve njihove potrebe, odnosno da će partner biti savršen u svakom pogledu. Realna očekivanja bi bila da svaki partner ima svoje prednosti i nedostatke, i da će svaka veza imati svoje uspone i padove. Za dobre partnerske odnose potrebno je da su partneri zadovoljni time kako drugi partner ispunjava njihove kriterije. Mnogi od svojih partnera imaju sasvim realna očekivanja, odnosno umjerene kriterije, te znaju kako prihvatiti ono što se ne može promijeniti, a zajedno sa svojim partnerom znaju poboljšati ono što se može popraviti. Kako Kokanović (2018) navodi: "u izboru partnera čovjek često otkriva svoje svjesne i nesvjesne životne ciljeve, pokazujući pritom svoje iskustvo u poznavanju ljudi i svoju vještinu u proziranju tuđeg ponašanja. Možemo reći da je to posljedica emocionalne zrelosti i rezultat iskustva i stečenog znanja. Činjenica je da je sretan brak osnovni uvjet za zadovoljstvo, isto kao i povoljne vanjske okolnosti, kao što je dobar stan, sigurno zaposlenje, financijsko stanje i slično. Međutim, ni najsređenije životne prilike ne mogu nadomjestiti unutarnji nesklad, hladnoću, odbojnost i trajni osjećajni nesporazum među bračnim partnerima. Jer stvarni sadržaj braka proizlazi iz ljudi, iz njihovih osjećaja, težnji, interesa. Ako se našlo dvoje ljudi koji su uzajamno otkrili mnogo toga zajedničkoga, pa se približavaju njihovi životni interesi, vjerojatno će imati i iste životne potrebe" (Kokanović, 2018). Partner nam se ne dogodi bez razloga. Mi ga biramo po nekoj našoj dubokoj unutarnjoj, nesvjesnoj logici koju smo izgradili kroz godine odrastanja.

Svaki pojedinac ima izrazitu, univerzalnu potrebu za pronalaženjem svoga mjesta, svoje svrhe, mjesta pripadanja. Zbog te potrebe za drugim ljudima koja ga neprekidno pokreće pojedinac stvara veze koje utječu kako na njegovu dobrobit tako i na cijelu vrstu. Ljudi imaju potrebu za stvaranjem emocionalnih veza s drugim ljudima, a relativna snaga te iste potrebe je povezana sa dobi i spolom. Veze koje pojedinac stvara sa ljudima, a pogotovo bliske veze između partnera temelji su današnjeg društva (Baumeister & Leary, 1995). Brajša i sur. (2014) navode da se bliska veza koju partnerski odnosi stvaraju može protumačiti kao snažna i dugotrajna međuovisnost koja se proteže kroz različita životna područja, uključujući

izgrađenu intimnost te ostvaren seksualni odnos. Često je kriva pretpostavka s kojom partneri ulaze u veze i odnose odlučujuća za razočarenje i neuspješne interakcije. Također navode da su za dobre i zdrave partnerske odnose prediktorna realna očekivanja i umjereni kriteriji pojedinca, u svrhu zdravog razvoja odnosa. Način na koji se parovi nose sa sukobima unutar odnosa važan je prediktor za stvaranje dugoročne veze. Uspjeh partnerskog odnosa ostvaruje se postizanjem ravnoteže međusobnih interakcija te emotivne razmjene. Pojedinci kroz partnersku zajednicu pokušavaju osigurati psihičku ravnotežu, ostvariti identitet te pružiti emocionalnu sigurnost i toplinu (Brajša-Žganec, Lopižić, & Penezić, 2014).

## **2.2. Tradicionalne i suvremene obitelji**

Čudina-Obradović i Obradović (2006) u svojoj knjizi navode da je obitelj dinamička struktura sa svojim određenim pravilima i zakonima koji za pojedinca predstavljaju zajednicu. Najvažnije pravilo svake obitelji jest poštivanje osobe kao ljudsko biće koje zaslužuje i treba ljubav, toplinu i sigurnost. Njezin oblik te vrijeme trajanja mijenja se sukladno važnosti za pojedinca. Potrebe i želje koje proizlaze iz pojedinca mijenjaju se pa shodno s time on odlučuje koliko će svog vremena provesti unutar neke obitelji te kada i u kojem trenutku će ju napustiti. Isto tako njegova potreba za vraćanjem i održavanjem ili prekidanjem odnosa s drugim članovima obitelji ovisit će o njegovim osobnim motivima i potrebama. Rađanjem djeteta unutar obitelji događaju se velike i važne promjene (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Prema Schaie i Willis (2001) obitelj vrši mnoge funkcije za svoje članove i može se promatrati kao sustav odnosa međuovisnosti. Svaki član obitelji ima određenu ulogu u sustavu, a ostali članovi obitelji ovise o njegovu igranju te uloge. Mala djeca ovise o svojim roditeljima u osnovnim životnim potrebama (npr. hrana, zaštita), a ponekad vrlo stari roditelji postanu slično ovisni o svojoj odrasloj djeci. Čak i najmlađi i najstariji sudjeluju do neke mjere u podjeli rada među članovima obitelji. Osim tih "radnih" ovisnosti, također postoje važne emocionalne ovisnosti između muža i žene te između roditelja i djece.

Kroz promjene u društvu, mijenja se i obitelj, primarna i najvažnija zajednica u svijetu. Stvaraju se bitne razlike između tradicionalnih i suvremenih oblika obitelji, koje su danas sve učestalije i sve više dolaze do izražaja. S obzirom na to kako se društvo i okolina mijenja, tako se i sama zajednica tome prilagođava. U procesu promjena, promijenili su se

odnosi unutar obitelji, promijenila se struktura, komunikacija i organizacija obiteljskog života. Obitelji su sve više od tradicionalnih, patrijarhalnih, postale suvremene, demokratske obitelji. Iako se svaka obitelj razlikuje po svojim karakteristikama, svojoj dinamici - koja se odnosi na bio - socijalne i društveno kulturne elemente koji je karakteriziraju, te po klimi koja se odnosi na sve odnose koji određuju tu obitelj, svaka obitelj ista je po jednoj stvari, a to je da je njen glavni zadatak osigurati optimalan razvoj pojedinca, te se usmjeriti na stvaranje uvjeta za taj razvoj (Stevanović, 2000). S pojavom industrijske revolucije obiteljski život se drastično mijenja. Zbog poslova udaljenih od obiteljskog doma članovi obitelji sve manje vremena provode zajedno te njihovu ulogu u odgoju preuzimaju ostale institucije (Šoštariko, 2016).

Prijelaz od modernizma ka postmodernizmu turbulentan je i dinamičan proces koji je u obiteljima izazvao niz strukturalnih i drugih promjena, pa se obitelji s jednim roditeljem, surogat-majke, homoseksualne obitelji i ostale varijante postmodernih obitelji mogu shvaćati i kao negativne posljedice tih trendova. Postmoderne obitelji su malobrojne i neovisne o rodbini, a osnovna obilježja su im: utemeljenost većine života na elektroničkom tj. simboličkom planu te s tim u vezi značajno veća potreba za umnim radom, simbolički kontakti ili kontakti putem medija, veliki broj nestalnih fizičkih, simboličkih ili društvenih veza, simbolički konflikti, velika potreba za prikupljanjem i obradom apstraktnih podataka (Ljubetić, 2007). Ljubetić (2007) navodi da se u razdoblju postmodernizma ruše čvrste i jasne granice između obitelji i svijeta koji je okružuje, majka više nije samo domaćica, već je zaposlena žena s karijerom, te njenu ulogu, s obzirom da je navedena kao zakonski staratelj, sve više preuzimaju predškolske ustanove i profesionalci.

Prema Čudina-Obradović i Obradović (2006), u tradicionalnom tipu obitelji članovi su međusobno čvrsto povezani, emocije se izražavaju i integriraju u obiteljski život, a naglasak je na stabilnosti, stalnosti, rutini, usmjerenosti na obitelj i religioznosti kao izvorima zadovoljenja svih potreba članova obitelji. Takva obitelj pruža golemu energiju za svaladanje stresa, obiteljskog i pojedinačnog, iako pokazuje stanovitu krutost u rješavanju problema. Moderni tip obitelji također sadržava znatnu količinu protustresne energije. Takve obitelji dobro funkcioniraju, pa iako se emocije slobodno izražavaju, nema međusobnih netrpeljivosti, a sukobi se uspješno rješavaju. Za razliku od tradicionalnih, moderne obitelji postižu dobru ravnotežu između pripadanja obitelji i osobne neovisnosti, te njezini članovi nisu usmjereni isključivo na obitelj, nego također na mnoge izvanobiteljske organizacije i pojedince. Za razliku od tradicionalnih obitelji, one stabilnosti i konformizmu pretpostavljaju promjene i inovacije (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Kako Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode, zdrava i poticajna obitelj živi u čistoj i urednoj sredini, a svi članovi pridonose održavanju obiteljskog okoliša. Također, važna za zdravu obitelj je okvirna organizacija rada za svakog člana, organiziranje zajedničkih aktivnosti kao što su neki zajednički obroci, zajedničko slobodno vrijeme, izleti i ljetovanja. Bitno je za kvalitetnu obitelj da njezini članovi imaju neke važne zajedničke vrijednosti i prioritete. U svojoj knjizi također navode da je obrazovanje članova jedna od bitnijih zajedničkih vrijednosti, a zatim su to međusobno povjerenje, česta komunikacija, te snošljivost i poštovanje individualnih sloboda unutar dogovorenih granica.

Danas se model tradicionalnih obitelji napušta zbog mnogo čimbenika. Sve je više razvedenih brakova, izvanbračnih veza, samohranih majki, obitelji npr. pomoraca (zbog prirode posla jedan roditelj duže ne boravi sa svojom obitelji), obitelji s očuhom/maćehom. Dogodilo se mnogo promjena u strukturi, funkcioniranju i dinamici same obitelji. Moderne od tradicionalnih obitelji razlikuju se i u razmatranju i podjeli dnevnih zadaća. „Nužno je redefiniranje kućanskih ženskih poslova kao rodno neutralnih ili zajedničkih poslova“ (Ljubetić, 2007).

Suvremena, moderna obitelj, suočena je s različitim problemima i pritiscima, koji potiču razvijanje osjećaja osamljenosti kod njenih članova, kao i osjećaj nemoći te nedovoljne kompetentnosti u odgoju djece i mladih. Ubrzani i stresni životni ritam uzrokovao je slabljenje društvenih veza i pogodovao nastanku brojnih egzistencijalnih problema s kojima se suočavaju današnje, moderne obitelji (Miliša, 2014). Suvremena obitelj u mnogim slučajevima više ne slijedi tradicionalni linearni put od braka i rođenja djece do praznog gnijezda, umirovljenja i smrti (Riley i Riley, 1993; prema Schaie i Willis, 2001).

Da bi bilo koja obitelj mogla egzistirati, bila to suvremena ili tradicionalna, mora postojati ljubav koja veže osobe koje su unutar te zajednice. Osobito u današnje vrijeme ljudi biraju biti sa osobama do kojih im je stalo, osobama koje vole i za koje bi dali sve. Ljubav je aktivnost, koja označava ostajanje, a ne samo zaljubljuvanje, ona se odnosi na davanje, a ne na primanje (Stevanović, 2000). Ljubav kao takva samo je jedan od segmenata koji su bitni za održavanje skladne, emocionalno tople i sigurne zajednice koja će biti u stanju i mogućnosti pružiti podršku za rast i razvoj svakom članu obitelji. Većina današnje omladine smatra da bračna zajednica nije nešto što se mora ispuniti da bi imali ispunjen i srećan život.

### 2.3. Život u dvoje

Početak braka je uvijek ispunjen zaljubljenošću, pažnjom, planiranjem i opremanjem stana ili kuće, i tad mislimo da sa tim partnerom možemo provesti čitav svoj život. Međutim, život u dvoje ne znači samo biti zaljubljen, ljubiti se, osjećati jedan za drugoga, nego još mnogo više i prije svega uzajamno poštovanje, jer je brak savez ljubavi. Gjergi (1982) kaže da je brak velika mogućnost solidarnosti i zajedništva, koja se gradi iz dana u dan, u istini i ljubavi, ali zbog toga daje životni prostor u dinamici odnosa. Također navodi da je životni prostor sve ono što je supružnicima zajedničko u braku, sve ono što moraju osvajati i učiniti zajedničkim, to su temeljni odnosi koji stvaraju bazu i oazu ljubavi. To je nešto što supružnici jedno drugom daju u ljubavi a pojedinačno to nemaju (Gjergji, 1982). Brak iziskuje potpunu angažiranost obje strane, i muškarca i žene, cjelovitu i kvalitetnu komunikaciju, bez zastoja i prekida, a to zahtijeva otvorenost prema partneru, zrelost, strpljivost i altruizam. U braku trebamo biti ono što jesmo, te da uvijek težimo za boljim, u zajedničkoj izgradnji i u zajedništvu života.

Kada se mladi par odluči na brak, to je prva faza u životnom ciklusu porodice i traje do rođenja prvog djeteta. Kuluglija (2014) naglašava da u prvoj fazi bračni par treba da nauči da živi zajedno jer predstavlja osnovu na kojoj će se graditi porodica. Pravila koja se postave u ovoj fazi postojat će kroz čitav životni ciklus i ako partneri nisu savladali zadatke u ovoj fazi postoji velika mogućnost da će se u narednoj fazi nesporazumi povećati kao "grudva snijega koja se kotrlja niz brdo". U ovoj fazi partneri postavljaju strukturu odnosa sa porodicama porijekla i definišu sopstvena pravila za funkcionisanja. Partneri imaju period velike promjene u kom se trebaju prilagoditi i regulisati mnogostruke odnose. Kao pojedinci sa sopstvenim iskustvom imaju zadatak da izgrade identitet bračnog para a da ipak svako od partnera zadrži i dovoljno individualnosti. Izgradnja zajedništva uz dovoljno prostora za individualnost je moguća uz jasnu i otvorenu komunikaciju. Komunikacija je faktor koji omogućava partnerima da se osjećaju blisko i da kroz dogovore mjenjaju pravila ponašanja (Kuluglija, 2014). Obitelj je organizirani sustav odnosa u kojem sudjeluje više članova vezanih srodstvom, a čije je ponašanje i međudjelovanje u stalnoj međuzavisnosti.

### **3. RASPODJELA ULOGA I DUŽNOSTI U BRAKU I BRAČNA DINAMIKA**

Gjergji (1982) ističe da je brak kao faza razvoja ličnosti veoma malo prisutna u životnom shvaćanju ljudi. U tome nam može pomoći dinamična psihologija, koja čovjeka promatra kao jedinku u razvoju, kao kontinuum, pa nam tumači kako i koliko prijašnje faze razvoja mogu utjecati na brak. To je prvi put učinio Freud želeći da otkrije najdublje korijene nekih pojava, a pri tome i razloge i motive tih pojava (smetnji). Međutim, psihoanaliza se zaustavlja na adolescentima i ne proučava dalje, kao da se čovjek dalje ne razvija, kao da je već „gotov“, zreo čovjek. To bi bilo tačno kada bi se čovjek promatrao samo s fiziološkog gledišta (Gjergji, 1982). U kliničkim posmatranjima i teorijama psihologije ličnosti, rodne uloge se manifestuju u psihološkim karakteristikama feminiteti i maskuliniteti. Svaki pojedini član obitelji ima određenu ulogu, a često i više njih. Uloge se definiraju kao sve one aktivnosti koje pojedinac čini, ili smatra da treba činiti, kako bi opravdao zauzeti položaj u svojoj sredini (Rakić, 1983). Svaka osoba zauzima određeni položaj u odnosu na druge, a taj položaj, utječe i na svakodnevno ponašanje te osobe. Osim prebračnih čimbenika i očekivanja budućih roditelja, za dobar doživljaj roditeljstva u oba roditelja izrazito je važna i podjela dužnosti i poslova nakon rođenja djeteta. U većini brakova tada dolazi do još izrazitije rodne podjele kućanskih poslova, sada na „majčine“ i „očeve“ (Cowan i Cowan, 2000; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006), a pokazalo se da je za bračne odnose i dobar doživljaj roditeljstva mnogo korisnije da se ne dogodi takvo jasno razlikovanje koje su dužnosti majke a koje oca. Na dobar doživljaj roditeljstva u oba roditelja izrazito povoljno djeluje muževa potpora i konkretna pomoć ženi, kao i ne pretjerano posesivan angažman majke oko djeteta. Drugim riječima, majčino dijeljenje dužnosti i problema s ocem i očevo pomaganje u svim poslovima oko djeteta povoljno će djelovati na doživljaj roditeljske kompetencije i majke i oca (Levy- Shiff, 1994; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

#### **3.1. Rodne uloge i podjela rada u domaćinstvu**

Najveća razlika između muškaraca i žena očituje se rodnim ulogama. Pojam rodne uloge podrazumijeva sva kulturološki i socijalno propisana ponašanja dodijeljena muškarcima i ženama, a temeljena isključivo na rodnim razlikama. Pojmom rodne uloge obuhvaćena su kulturološki i socijalno propisana ponašanja koja su dodijeljena muškarcima i ženama, a isključivo su utemeljena na rodnim razlikama (Bartley, Blanton, & Gilliard, 2005). Neki

autori smatraju da je konvencionalna podjela obiteljskih i profesionalnih uloga rezultat njihove socijalizacije (Major, 1993; Witt, 1997). Pritom se obavljanje poslova u domaćinstvu i skrb za djecu tradicionalno smatraju dijelom ženinog identiteta, dok je uloga hranitelja obitelji bliskija muškom identitetu. Povijesno gledajući, stavovi vezani uz ulogu žene kao majke, domaćice i zaposlenice izrazito su vezani uz političko-religiozni sustav. U socijalističkom društvenom uređenju zaposlenost na puno radno vrijeme bila je uobičajena i za žene i za muškarce, što je omogućavao institucionaliziran i dostupan sustav dnevne skrbi za dijete (Brajdić-Vuković, Birkelund, i Štulhofer, 2007).

Rodne uloge su višedimenzionalni koncept i mogu se odnositi na širok spektar obilježja, od stavova i ponašanja vezanih uz rodne uloge do osobina ličnosti vezanih uz rod. Te različite komponente rodni uloga ne moraju biti usko vezane, a rezultati istraživanja upozoravaju da među različitim dimenzijama rodni uloga postoje vrlo niske korelacije (Archer, 1991; prema Jugović, 2004). Iz perspektive psihologije ličnosti, rodne uloge se manifestiraju u psihološkim karakteristikama femininosti i maskuliniteta, a iz perspektive socijalne psihologije rodne uloge se odnose na normativna očekivanja o podjeli rada između rodova i na pravila vezana uz interakcije među rodovima, koja egzistiraju unutar određenog kulturalno-povijesnog konteksta. Rodne se uloge, također, mogu jednostavno opisati kao skup očekivanja o ponašanju žena i muškaraca (Myers, 1993; prema Jugović, 2004).

Podjela uloga između žena i muškaraca još je uvijek vidljiva u suvremenim društvima. Rodne razlike u ponašanju i preuzimanju različitih dužnosti objašnjene su brojnim teorijama. U nastavku su navedene tri koje spomenutu tematiku problematiziraju na različite načine. Prvo je opisana funkcionalistička paradigma koja nudi sociološki pogled na rodne uloge. Teorije razvoja rodno tipiziranih ponašanja pripadaju psihologijskoj tradiciji, a predstavljene su teorijom socijalnog učenja i kognitivističko-razvojnim modelima. Treća paradigma pripada novijim pravcima socijalne psihologije, a rod proučava u kontekstu društva u kojem neka osoba djeluje. Temeljna pretpostavka funkcionalista je da je u predindustrijskim društvima različita podjela zadataka žena i muškaraca bila prikladna i praktična za opstanak društva. Razlike između žena i muškaraca svode se na mogućnost rađanja žena i veću fizičku snagu muškaraca. Iz toga proizlazi činjenica da je u predindustrijskim društvima bilo praktičnije pripisati muškarcima zadatke lova i zaštite grupe od neprijatelja, a ženama, koje su zbog trudnoće i brige za djecu bile ograničene u kretanju na udaljenije teritorije, sakupljanje plodova. Rodne uloge su se podijelile na instrumentalne i ekspresivne zadatke. Instrumentalni zadaci, koji su se većinom pripisivali muškarcima, odnose se na aktivnosti usmjerene cilju,

poput lova, izgradnje i upravljanja timskim radom, a ekspresivni zadaci manifestirani u aktivnostima usmjerenim na odnose među ljudima, smatrali su se dužnošću žena. Kako bi se opravdala ovakva podjela, pojavila su se seksistička uvjerenja da je ženi mjesto u kući, te da žene nisu biološki sposobne za većinu poslova koje obavljaju muškarci (Ritzer, 1997).

Rodno tipiziranje, je proces kojim se u djece razvijaju rodne uloge koje se u njihovoj kulturi smatraju prikladnima. Kroz socijalizaciju se upotrebljavaju suptilni oblici moći i kontrole kako bi ljudi naučili željeti one stvari koje su u interesu dominantne grupe u društvu. U većini društava, žene nauče prihvaćati mušku dominaciju i svoj podređeni položaj kao prikladan, čak i poželjan. Neki autori navode da u procesu rodnog tipiziranja sudjeluju biološki, kognitivni i društveni mehanizmi (Jugović, 2004). Rodno tipizirana ponašanja stječu se procesima potkrepljivanja i kažnjavanja, učenjem opažanjem i samoregulacijom (Bandura, 1989; prema Vasta, Haith, Miller, i Arambašić, 1997). Djeca nauče anticipirati posljedice ponašanja, te se, primjerice, dječaci ponašaju na tipično muževan način jer im to ponašanje donosi potkrjepljenje od okoline, a izbjegavaju se ponašati na tradicionalno ženski jer zbog takvog ponašanja doživljavaju neodobravanje. Osim toga, u teoriji se navodi da djevojčice i dječaci opažaju modele istog roda iz svoje okoline, kao što su roditelji, učitelji i učiteljice, vršnjaci i slavne osobe, te tako uče ponašanja koja su tradicionalno rodno određena (Jugović, 2004). Temeljna pretpostavka modela roda je da svaka analiza roda mora istražiti i uzeti u obzir kontekst u kojem žene i muškarci djeluju. Iz perspektive socijalne psihologije rodne razlike su nepotpuno objašnjenje naglašavanjem biološke uvjetovanosti ponašanja i rane socijalizacije, a zanemarivanjem nejednakog društvenog položaja žena i muškaraca. Za razliku od prethodno spomenutih paradigmi, model roda u kontekstu stavlja naglasak na dinamičke fluktuacije roda i na veći sustav u kojem se rod odigrava (Jugović, 2004).

Žene i muškarci se razlikuju u percepciji pravednosti podjele obaveza u domaćinstvu. U istraživanju Cappuccini i Cochrane (2000) polovina muškaraca smatra da je odgovornost za kućanske poslove ravnomjerno podijeljena između partnera, s čim se slaže samo jedna trećina partnerica, a ostale dvije trećine žena smatraju da one same obavljaju kućanske poslove. Percepcija žena i muškaraca je slična kada je riječ o podjeli brige za djecu, pri čemu oko 60% žena i muškaraca izjavljuje da se žena brine oko djece, a ostali smatraju da je briga oko djece podijeljena između partnera (Cappuccini i Cochrane, 2000; prema Jugović, 2004). Istraženi su i prediktori očevog uključivanja u brigu oko djece i obavljanje kućanskih poslova (Deutsch, Lussier, i Servis, 1993). Pokazalo se da je to veća vjerojatnost očevog uključivanja u brigu oko djece što su stavovi očeva više feministički, te što supruga više sati provodi na poslu.



Veća je vjerojatnost očevog doprinosa kućanskim poslovima što je ženino zaposlenje prestižnije, bračna dinamika skladnija, te što je diskrepancija u prihodima partnera manja (tj. što žena zarađuje više, a muškarac manje).

Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode da su se početkom osamnaestog stoljeća dogodile značajne društvene promjene, najprije u Engleskoj, pa zatim i u europskim zemljama. To je vrijeme prve industrijske revolucije koja donosi jasnu podjelu uloga među bračnim partnerima. Uloga muža postaje određena radom izvan kuće i materijalnom skrbi za obitelj. Ulogu žene određuje rad u kući, odgoj djece i dužnost pružanja nježnosti mužu. Jedna od posljedica podjele uloga među bračnim partnerima bilo je i njihovo emocionalno odvajanje. Brak znači zajednički život, ali ne i zajedničke osjećaje, a muževi nužno shvaćaju ljubav drugačije od žena. Udvaranje i brak shvaćaju se formalno i isključuju intimnost među partnerima. Tjelesni dodir nije dopušten, osim u spavaćoj sobi. Razlike u shvaćanju intimnosti nastaju i ponavljaju se naraštajima kao posljedica potpuno različite rodne socijalizacije. Zbog toga se u braku bračni partneri prilagođavaju u osnovi potpuno stranoj i različitoj osobi (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

U istraživanju Brajdić-Vuković i suradnika (2007) na 1250 sudionika, tradicionalniji stavovi izražavani su prema obavljanju poslova u domaćinstvu te podjeli odgovornosti za djecu i kućne financije. Ipak, većina sudionika složila se da bi žena trebala biti zaposlena i izvan kuće, što je vjerojatno posljedica nužnosti još jednog dohotka kako bi se održao kućni proračun. U skladu s očekivanjima, žene su iskazale manje tradicionalan stav od muškaraca po pitanju rodnih uloga, no na razini ostvarenih uloga još uvijek prevladavaju tradicionalniji oblici ponašanja kod oba partnera. Rodne uloge su višedimenzionalni koncept i mogu se odnositi na širok spektar obilježja, od stavova i ponašanja vezanih uz rodne uloge do osobina ličnosti vezanih uz rod. Te različite komponente rodnih uloga ne moraju biti usko vezane, a rezultati istraživanja upozoravaju da među različitim dimenzijama rodnih uloga postoje vrlo niske korelacije (Brajdić-Vuković, Birkelund, i Štulhofer, 2007). Iz perspektive psihologije ličnosti, rodne uloge se manifestiraju u psihološkim karakteristikama femininosti i maskulnosti (Bartolac, Kamenov, i Petrak, 2011; prema Deaux i Lafrance, 1998), a iz perspektive socijalne psihologije rodne uloge se odnose na normativna očekivanja o podjeli rada između rodova i na pravila vezana uz interakcije među rodovima, koja egzistiraju unutar određenog kulturalno-povijesnog konteksta (Bartolac, Kamenov, i Petrak, 2011; prema Spence, Deaux i Helmreich, 1985). Rodne se uloge, također, mogu jednostavno opisati kao skup očekivanja o ponašanju žena i muškaraca (Bartolac, Kamenov, i Petrak, 2011; prema

Myers, 1993). Podjela uloga između žena i muškaraca još je uvijek vidljiva u suvremenim društvima. Rodne razlike u ponašanju i preuzimanju različitih dužnosti objašnjene su brojnim teorijama. Stavovi članova obitelji prema rodnim ulogama određuju dinamiku procesa u obitelji, odnosno određuju raspodjelu moći unutar obitelji, brigu o djeci, brigu o obavljanju kućanskih poslova, socijalnu podršku od članova obitelji, opće funkcioniranje obitelji te konflikte. Žena koja ima tradicionalan stav prema rodnim ulogama smatrat će da su kućanski poslovi njezina odgovornost i neće očekivati puno pomoći od svog supruga, dok će žena koja ima egalitaran stav smatrati da bračni partneri trebaju dijeliti kućanske poslove ravnopravno, stoga će od supruga očekivati pomoć i podršku u obavljanju tih poslova te biti nezadovoljna ukoliko tu pomoć ne dobije (Kokorić, Šimunić, i Gregov, 2014). Danas su najčešće i majka i otac zaposleni (posebno u slučaju obitelji koje žive u gradu) te jednako sudjeluju u financijskom doprinosu obitelji. Kod kuće nema više „muških“ i „ženskih“ poslova već se svi poslovi dijele između članova obitelji ovisno o raspoloživom vremenu, vrsti i težini posla. Tako npr. muškarac i dalje obavlja teže fizičke poslove, ali ponekad i kuha, glača i sl. I majka i otac ravnopravno sudjeluju u odgoju djece i pružaju pomoć ovisno o svojim sposobnostima. Ovakva podjela uloga omogućuje da svatko radi prema svojim mogućnostima i na taj način pridonosi općem uspjehu obitelji (Stevanović, 2000).

#### **4. BRAČNI ODNOSI NAKON DOLASKA DJECE**

U porodici se rađamo, odrastamo, starimo i umiremo. Porodica je sistem koji ima sopstvena pravila, strukturu, dijelove, granice, veze i hijerarhiju. Autorica Kuluglija u svom radu naglašava da je porodični sistem sastavljen od od međusobno povezanih dijelova koji kroz porodične faze rastu u sve složeniju cjelinu. Ona kaže da porodični sistem sačinjavaju subsistemi: bračni, roditeljski i dječiji. Funkcionalni bračni odnosi su od vitalnog značaja za oblikovanje ličnosti djeteta. Bračni odnosi su model po kom djeca uče i usvajaju model intimnih relacija odnosno kako se izražavaju i razmjenjuju osjećanja na relaciji muškarac-žena. Model bračnih odnosa u porodici uči djecu ulogama žene i muškarca. Također u modelu bračne relacije djeca uče da li su uloge žene i muškarca jednake ili je jedan od partnera dominantan, npr. muškarac, a žena u podređenom položaju ili obrnuto. U roditeljskom subsistemu ili roditeljskoj relaciji otac-majka, djeca stiču prva iskustva sa osobama koje imaju više kapaciteta, moći, snage i u tom odnosu uče kako se ponašaju autoriteti i kako se ponašati

sa autoritetima. Zadatak roditelja je da vaspitavaju i socijaliziraju djecu kroz adekvatnu njegu i kontrolu. Roditelji uče djecu kako da izražavaju potrebe, kako da komuniciraju, pravilima ponašanja, pregovaranja i dogovaranja. I poseban zadatak u roditeljstvu je oblikovanje pozitivne slike o sebi, odnosno razvijanje samopouzdanja kroz djetinstvo i mladost. Mlade osobe kojima porodice obezbijede psihološki prostor za sticanje doživljaja sigurnosti uspješno se odvajaju od roditelja i postaju psihološki i ekonomski samostalne osobe (Kuluglija, 2014).

Prema Čudina- Obradović (2006), pojam roditeljstva je toliko širok da mu pri upotrebi često ne možemo prepoznati ni pravo značenje ni smisao. Kao prvo, to je odlučivanje za djecu, preuzimanje i prihvaćanje roditeljske uloge i redefiniiranje vlastitih ciljeva, vrijednosti kao i doživljaja vlastite vrijednosti zbog emocionalnog i materijalnog ulaganja i ulaganja napora, zbog nagrade u emocionalnoj povezanosti i doživljaju djetetova uspjeha i razvoja. Taj bismo prvi skup pojava mogli najšire imenovati kao doživljaj roditeljstva. Kao drugo, to je rađanje djece, njihovo zaštićivanje i briga za njihovo održanje, život i razvoj, te vođenje i pomaganje njihova razvoja. Ukratko, to je roditeljska briga, roditeljska skrb. Kao treće, to su svi namjerni postupci i aktivnosti koje roditelj poduzima i provodi kako bi osigurao sve te ciljeve, to su roditeljski postupci, aktivnosti i ponašanje. I na kraju, to su tipične emocionalne prilike roditeljstva unutar kojih se ostvaruju odnosi između djeteta i roditelja, tj. roditeljski odgojni stil (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Najčešće se budući roditelji pitaju jesu li spremni za taj izazov, a nerijetko se javlja strah hoće li znati odgajati dijete. Stevanović (2000) govori o roditeljskom strahu koji počinje od rođenja djeteta, a kasnije, kako dijete raste, strah je veći. Uloga roditelja u većini izaziva ugodne misli, osjećaje i sreću te obostranu ljubav između roditelja, a kasnije i djeteta. Ta uloga je najvažnija uloga u svačijem životu prepuna predivnih trenutaka, ali i izazova o kojima ovisi kako će se dijete razvijati i često navodi na sumnju postupa li se pravilno.

Pojam roditeljstvo je nov, a donedavno je podrazumijevao "majčinstvo", tj. roditeljstvo se izjednačavalo s doživljajem, brigom, postupcima i odgojem majke (Martin i Colbert, 1997; Stevenson-Hinde, 1998; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006), čija se biološka predispozicija za rađanje izjednačavala s "majčinskim nagonom" te jedinim ispravnim i kvalitetnim izvorom brige za dijete. Tijekom posljednja dva desetljeća, zasebno od pojma majčinstva/roditeljstva proučava se pojam "očinstvo", najprije kao moguć utjecaj odsutnosti oca na socijalizaciju dječaka (Biller, 1970; Hetherington, 1989; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006), zatim kao nužna potpora majčinstvu (Aldous, Mulligan i Bjarnason, 1998; Kalmijn, 1999; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006), a u najnovije

vrijeme i kao važan samostalan odgojni utjecaj (Brajfield, 1995; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006), a u pojmu "suvremeno očinstvo" (Settles, 2000; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006) i kao očevo potpuno preuzimanje majčinske brige. Roditeljstvo utječe na razvoj i mijenjanje odraslih pojedinaca. Nazočnost djeteta u obitelji mijenja ponašanje i aktivnosti roditelja, izaziva snažne pozitivne i negativne osjećaje. Ono utječe na mišljenje, osjećanje i ponašanje roditelja, mijenja njihovu sliku o sebi i sliku koju o njima ima sredina. Doživljaj roditeljstva značajna je promjena u cjelokupnom identitetu pojedinca. On je subjektivna roditeljska procjena vlastite uspješnosti u ispunjavanju društveno zadane norme roditeljstva. Kao takvo roditeljstvo je važno u određivanju "ozračja djetetova razvoja" i snažno utječe na razvojne rezultate (Bornstein, Hanes, Azuma, Galperin, Maital, Ogino i sur. 1998; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Na temelju rezultata empirijskih istraživanja i mjerenja Sabatelli i Waldron (1995), smatraju da se subjektivni doživljaj roditeljstva može opisati pomoću tri zasebne dimenzije, a to su: roditeljsko zadovoljstvo, zahtjevi i stres roditeljske uloge te osjećaj roditeljske kompetencije. Roditeljsko zadovoljstvo obuhvaća sljedeće dimenzije: zadovoljstvo odnosom dijete- roditelj, zadovoljstvo vlastitom uspješnošću kao roditelja i zadovoljstvo potporom bračnog partnera u roditeljskoj ulozi, te zadovoljstvo ponašanjem djeteta, zadovoljstvo samim sobom kao roditeljem. Zahtjevi i stres roditeljske uloge se sastoji od dva zasebna pojma. Prvi, zahtjevi roditeljske uloge, vanjski su pritisci na pojedinca da trajno ostvaruje roditeljsku ulogu u skladu s očekivanjima i normama sredine. Drugi, stres roditeljske uloge, unutarnji je doživljaj pojedinca da nije u mogućnosti ispuniti zahtjeve roditeljske uloge u skladu s vlastitim očekivanjima i osobnim normama. Subjektivna roditeljska kompetencija je roditeljev osjećaj koliko je sposoban i uspješan kao roditelj. Ona se određuje ovisno o istraživačkom polazištu i mjernom instrumentu, i to ili kao majčin osjećaj lahkoće/teškoće odgajanja u različitim razvojim razdobljima djeteta, ili kao skup dimenzija kao što su samoprocjene roditeljskog znanja, vještine, lahkoće odgajanja, zadovoljstva, samoučinkovitosti i samopoštovanja ili pak kao osjećaj roditelja da nadzire proces odgoja (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

#### 4.1. Dolazak prinove u obitelj

Nesumnjivo je da rođenje djeteta unosi mnoge promjene u život odraslog čovjeka i postavlja zahtjeve da se ispuni nova uloga. Postati roditelj je jedan od najvažnijih zadataka odrasle dobi, koji znatno mijenja pojedinca i njegov identitet. Stoga ono zahtijeva niz promjena i prilagodbi i u odnosu prema sebi i u odnosima s okolinom. Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode da mnoga istraživanja nastoje utvrditi promjene koje se zbog rođenja djeteta javljaju u pojedincu- roditelju, a koje u odnosu bračnih partnera. Njihovi rezultati ponajprije pokazuju da je prvi snažan trajni osjećaj majke nakon rođenja djeteta osjećaj ugroženosti roditeljske kompetencije i zadovoljstva. Zbog usložnjavanja uloge, povećanog opterećenja i želje da se zadovolje društveno i osobno definirane uloge "dobre majke" a i također zbog istodobne sve jače emocionalne veze s djetetom, majka ima podvojene osjećaje, koje neki čak poistovjećuju sdvostukim odnosom ljubav- mržnja (Luptom, 2000; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006). U onih majki koje nisu dovoljno pripremljene, imaju nerealna očekivanja i slabu potporu u okolini, kao i u onih koje su pokazivale psihičku nestabilnost prije rođenja djeteta, ta će dvostrukost odnosa prema djetetu biti osobito izražena (Cox, Paley, Payne i Burchinal, 1999; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Od kontekstualnih čimbenika, čini se da je za doživljaj roditeljstva najvažnija kvaliteta bračnih odnosa prije rođenja djeteta (Wallace i Gotlib, 1990; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006), a buduće majke koje pokazuju znakove bračnog hlađenja prije porođaja, pokazat će i znakove slabije roditeljske kompetencije i manje topline (Cox i sur., 1990). Za roditeljsko zadovoljstvo su posebno važna očekivanja od uloge roditeljstva. U radu autora Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger i Pratt (2000) pokazalo se da roditeljska kompetencija i subjektivni osjećaj roditeljstva znatno ovise o tome što su majke i očevi očekivali od roditeljstva prije rođenja djeteta. Prema očekivanjima od roditeljstva budući su se roditelji mogli prepoznati kao pripremljeni, prestrašeni ili indiferentni (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Roditeljstvo utječe na razvoj i snažnu promjenu odraslih pojedinaca. Prisutnost djeteta u obitelji mijenja ponašanje i aktivnosti roditelja, izaziva snažne pozitivne ali i negativne osjećaje. Ono mijenja mišljenje, osjećanje i ponašanje roditelja, mijenja njihovu vlastitu sliku o sebi i sliku koju o njima ima okolina. Subjektivan doživljaj roditeljstva značajna je promjena u cjelokupnom identitetu pojedinca. On ima važnu ulogu u određivanju "klime

djetetova razvoja" i snažan utjecaj na razvojne rezultate (Čudina-Obradović i Obradović, 2002).

Nakon prve faze životnog ciklusa porodice, koji započinje brakom, naredna faza započinje trudnoćom i rađanjem prvog djeteta. Do rođenja djeteta muškarac i žena obavljali su samo ulogu bračnih partnera a rođenjem djeteta dobijaju uloge majke i oca te se ova faza označava kao kritična točka sa visokim kriznim potencijalom. Kuluglija kaže da se u ovoj fazi dešava veliki broj razvoda braka jer mlada porodica treba da pronađe mehanizme koji su neophodni za ispunjenje ličnih i porodičnih ciljeva. Postavlja se pitanje u ovoj fazi kako nastaviti sa profesionalnom afirmacijom i karijerom mladih partnera, kako naći dovoljno prostora za njihove emotivne i seksualne kontakte, kako uskladiti druženje sa prijateljima i rodbinom i kako razviti odgovornost oko zaštite, ishrane, psihološke brige i ljubavi za dijete (Kuluglija, 2014). Dijete je obogaćenje i ispunjenje zajedništva. Žena od djetinjstva sanja svoje majčinstvo. Ona se na to sprema još kao mala djevojčica: igra se s lutkama, sprema ih, oblači, uspavljuje. Na taj način se uigrava u svoju životnu ulogu majke. Znači, žena dolaskom djeteta ispunjava san svoga djetinjstva, san svoga života, nešto za čim je svjesno ili podsvjesno čeznula za vrijeme životnog rasta i sazrijevanja. Međutim, to nije slučaj kod muškaraca. Dječaci se igraju autima, vole kreativnu ulogu, igraju nogomet, vrlo će se rijetko netko od njih baviti lutkama. Da ima svog među, to je razumljivo i normalno, ali da se dječak igra lutkama i bebama koje simboliziraju malo dijete, na to ćemo rijetko kad naići. Već tu, dakle, dolazi do izražaja duboka različitost među spolovima koja ne prestaje ni u zrelijoj dobi (Sremić, 1982). Dolaskom djeteta intimni i romantični odnos između supružnika poprima do sada neviđene i neočekivane promjene.

Autorica Brajša-Žganec (2003) navodi kako je veza između roditelja uveliko utječe na emocionalni razvoj djece te da rezultati istraživanja pokazuju kako je važan posrednik u tom razvoj dječje sposobnosti reguliranja emocija. Brojni autori naglašavaju važnost da se istražuje uloga emocija u obitelji te njezin utjecaj na dječji emocionalni razvoj te na kasniji razvitak emocionalne kompetencije. Sposobnost regulacije emocija kod djece razvija se u ranom djetinjstvu i primarno u obiteljskom okruženju.

Prije nego se prvo dijete rodi partneri (budući roditelji) su usmjereni isključivo jedan na drugoga, u svim aspektima se odvajaju od svojih roditelja i planiraju svoj budući, zajednički život s djetetom. U ovoj prvoj fazi važno je naglasiti da „novi“ roditelji najčešće mijenjaju svoj odnos prema roditeljima i potiču kvalitetan odnos s unucima.

Kada se dijete rodi, posve je normalno da su u početku roditelji u potpunosti usmjereni na dijete. To malo biće u prvim danima života zahtjeva konstantnu brigu. Trenuci odmora su vrlo rijetki. Pred bračnim partnerima su odjedanput zadaće i obaveze poput: mijenjanja pelena, buđenja tijekom noći, priprema hrane, hranjenje, kupovanje robe za bebu, kupovanje igrački, odlazak pedijatru, odlazak u vrtić/školu, odlazak na roditeljske sastanke, svakodnevno igranje s djetetom, podučavanje, čitanje relevantne literature o odgoju, odgajanje...Puni su briga i strahovanja jer su neiskusni pri svakom djetetovom pokretu, svakom plaču, svakom kašlju misle da će se nešto strašno ili tragično dogoditi. Postaju nervozni, ne spavaju, ne odmaraju se, ne jedu, ne razgovaraju nego se sve vrti samo oko djeteta. Sve se to akumulira u njima i postaje potencijalnim izvorom novih problema. Vrijeme koje su imali nekada, prije djeteta, danas može biti samo sjećanje. Može se činiti kao da su nekada prije imali svo vrijeme svijeta, za svoj odnos, ali i za sebe. Nekim se parovima može javiti misao "Je li mi ovo sve bilo potrebno". Međutim, sve je to sasvim uobičajemo i normalno. Većina parova prolazi kroz ovu fazu. Dolaskom djeteta preuzimamo ulogu koju (ponosno) nosimo do kraja života. Postajemo roditelji, majka i otac. Taj događaj bračni par obilježava za cijeli život. Prilikom navikavanja na novonastalu situaciju, trudimo se na razne načine kompenzirati nedostatak vremena, npr. možda više ne peglamo odjeću, ne razvrstavamo čarape, ne čistimo kuću/stan redovito kao nekada... Pažnja koja je do sada bila nedijeljena unutar para se proširuje na treću osobu, odnosno na malo dijete.

Nakon što se dijete rodi dolazi do čestih konflikata zbog prilagođavanja na novu ulogu. Dijete zahtjeva povećani emocionalni i vremenski angažman što automatski partnerima daje manje vremena za isti angažman međusobno (Ljubetić, 2007). Temperament samog djeteta također će uveliko utjecati na odnos partnera i na doživljaj roditeljstva. Tako na primjer ako imate dijete s „teškim“ temperamentom koje podrazumijeva slabu prilagodljivost hranjenja i spavanja, izražene emocije bijesa i tuge, bit će teže smatrati se kompetentnim roditeljem, dolazit će do češćih konflikata među partnerima što automatski dovodi do povećanog nezadovoljstva (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Kako djeca odrastaju i izlaze iz dojenačke dobi tako i partneri ponovno imaju sve više vremena posvetiti se jedan drugome i svom profesionalnom životu. I u razdoblju djetinjstva djeca imaju snažan utjecaj na kompetencije kod roditelja pogotovo ukoliko se radi o djeci problematičnog ponašanja, hiperaktivnoj djeci ili djeci s emocionalnim problemima. Takva djeca najčešće kod roditelja izazivaju osjećaj bespomoćnosti i vrte se u krugu doživljaja smanjene roditeljske kompetencije što na kraju dovodi do nezadovoljstva.

„Obitelj će biti zdrava i poticajna okolina za dijete ako tijekom njegova razvoja, uključujući i adolescenciju, postoji roditelj ili jedan stalan skrbnik, a to može biti majka, otac, adoptivi roditelj, odrasli član obitelji ili bilo koja odrasla osoba, koja stvara čvrstu vezu s djetetom, pruža mu potporu i potrebnu pažnju tijekom cijeloga djetinjstva, sve do djetetove potpune samostalnosti“ (Čudina-Obradović, Obradović, 2006, str. 295).

Dinamika odnosa se neupitno mijenja. Dijete utječe na dinamizam braka. Ono može postati i opasnost ako se roditelji previše koncentriraju na dijete pa zapuste sami sebe i jedno drugog (Sremić, 1982). Dijete i njegove potrebe postaju prioritet u tom intimnom romantičnom odnosu. S druge strane, dijete pozitivno koncentrira roditelje na tu "treću osobu" i tako pokreće njihov altruizam- bit svake ljubavi. Znači, ova duboka dimenzija ljubavi sve se više ostvaruje kroz to dijete kojem je potrebna potpuna pažnja i darivanje. Na taj se način roditelji polako otvaraju vanjskom svijetu prema nekome tko je, kao u ovom slučaju, dio njih samih, dio i kruna njihove ljubavi, prema vlastitom djetetu. To je dragocjeno iskustvo, jer sve više otvara bračni par i jedno prema drugome i, ako su dovoljno afektivno zreli, probudit će se njihovo zajedništvo i darivanje. Jer ako neko u sebi nije razbudio altruističku ljubav ranije, doživjet će je u ženinoj trudnoći, kad je mora voljeti drukčije, te kroz brigu za vlastito dijete (Sremić, 1982).

#### **4.2. Nove faze djetetovog života i bračna dinamika**

Općepoznato je da obitelj utječe na dijete od njegove najranije dobi. Život djeteta od samog rođenja oblikuju roditelji, a s time i sliku koju dijete o sebi stvara. Slika roditelja o djetetu odražava se na sliku o samome sebi. Sve što dijete do treće godine svoga života proživi postavlja temelje o tome kako će doživljavati ljude oko sebe te to ujedno ovisi i o tome u kakvom će se okruženju razvijati. Za djetetovo psihofizičko funkcioniranje, njegov tjelesni, kognitivni i socioemocionalni razvoj bitna je zdrava i poticajna obitelj te čista i uredna okolina u kojoj svi članovi pridonose očuvanju obiteljskog okoliša (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Unutar svake funkcionalne obitelji zdrave roditeljske uloge služe kao uzor djetetu. Roditelji djetetu pružaju uvid kako biti muškarac ili žena, otac ili majka, kako uspostaviti prisan odnos te kako biti funkcionalno biće (Bradshaw i Šimat, 2000).

Autori Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode što zdrava obitelj donosi i kako ona utječe na cjelokupan razvoj djeteta. U ranom djetinjstvu i predškolskoj dobi zdrava obitelj



djetetu daje sigurnost, zdravlje, znanje, vještine i navike. Kuluglija u svom radu navodi da se u razvoju porodice sa predškolskim djetetom, roditeljima-bračnom paru, postavlja zadatak da djetetu omoguće razvoj njegove ličnosti kao jedinstvene, nove i posebne. U ovoj fazi dešava se intenzivna socijalizacija djeteta kao što je odlazak u vrtić. Djeca u ovoj fazi upoznaju i istražuju dešavanja i život van porodice i poklanjaju veliku pažnju ponašanju roditelja. Roditelji svojim međusobnim odnosom postaju uzor po kom se djeca ponašaju npr. kroz igru djeca imitiraju mamu i tatu, odnos mame i djeteta, tetki... (Kuluglija, 2014). Emocionalna stabilnost je preduvjet zdravog razvoja, mentalnog i tjelesnog zdravlja koje se temelji na povezanosti roditelja i djeteta. Isto tako, zdrava okolina zadovoljava sve djetetove potrebe te potiče sreću i samopouzdanje. U ovom razdoblju zdrav odnos roditelja je model koji će djetetu nuditi razna iskustva, te razvijati razumijevanje i empatiju vanjskog shvaćanja okoline (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Polazak djeteta u školu je razdoblje koje snažno utječe na roditelje. Brige se lagano povećavaju i roditelji počinju sudjelovati u društvenom životu djece. Polaskom u školu opet može narasti pojačana briga za dijete, a to rezultira smanjenjem vremena za supruge kao bračni par. Roditelji počinju sudjelovati u djetetovu životu i počinju ga formirati. Jako je bitno aktivno sudjelovanje i oca i majke da bi odgoj mogao biti uravnotežen. Ulaskom u pubertet dijete traži svoju slobodu, međutim roditelji pak smatraju da ono nije još sposobno za tu slobodu, da nije odgovorno. "Dijete spontano osjeća da mora postati samostalan čovjek koji će živjeti danas i sutra svoj život u »svojem vremenu«. Znači, mora živjeti dinamizmom svojega bića, slijediti »svoju zvijezdu«, svoju narav, put svojih talenata, kako bi se postavilo i ugradilo u novo vrijeme" (Sremić, 1982). U školskoj dobi obitelj još uvijek ima glavnu ulogu u djetetovom razvoju. Ona vodi brigu o djetetu, njegovom učenju, napretku te izvanškolskim aktivnostima. Veza djeteta sa širom obitelji razvija kod djeteta prijateljstvo i socijalizaciju. A jedna od važnijih uloga obitelji u ovom razdoblju je da konstruktivno organizira djetetovo slobodno vrijeme kako bi imalo kvalitetan razvoj (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Roditelji u ovoj fazi moraju da pokažu strpljenje u razvijanju radnih navika i odgovornosti kod djeteta spram školovanja. Polazak djeteta u školu smatra se potencijalno kriznom tačkom za roditelje koji imaju različite stavove oko brige za školovanje djeteta (Kuluglija, 2014). Porodica u ciklusu sa adolescentom je u fazi kada mladić ili djevojka žele ostvariti samostalnost, nezavisnost i izgraditi svoj seksualni identitet. U ovoj fazi adolescenti žele mijenjati porodična pravila vezana za izlaske van kuće, odabir društva, način odijevanja. Pred roditelje se stavlja zahtijev kako zadržati autoritet a ipak dati dovoljno prostora za razvijanje privatnosti mlade osobe (Kuluglija, 2014). U adolescenciji roditelji daju djetetu podršku. I dalje stvaraju granice i pravila, iako se ona u

ovom razdoblju šire jer dijete postaje zrelo i kompetentno, a da bi takvo postalo, vrlo je bitna dobra komunikacija. Vrijeme djetetove adolescencije vrijeme je kada se i roditelji i dijete uče novim sposobnostima, uče biti fleksibilni, dosljedni granicama i tolerantni. Razdoblje puberteta jedno je od najtežih u roditeljstvu. Najčešće dolazi do prekida dobrih odnosa na relaciji roditelj-dijete, povećavaju se sukobi, roditelji su frustrirani najčešće nemogućnošću discipliniranja vlastitog djeteta. Kako bi to u što većoj mjeri izbjegli vrlo je važno u ovoj fazi prihvatiti da dijete više nije „samo“ dijete već da postaje mlada, nezavisna osoba koja mora imati mogućnost sama donositi neke svoje odluke, i najvažnije, koja mora imati mogućnost donošenja zaključaka iz vlastitog iskustva. Roditelji također moraju savladati veoma bitnu vještinu, pomoći djetetu bez da ono ima dojam prisile (Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Kako Kuluglija (2014) navodi, u adolescenciji se psihološki i ekonomski mladi ljudi pripremaju za napuštanje roditeljskog doma da budu spremni za samostalan život. Mlade osobe koje ne naprave psihološko odvajanje od roditelja pod rizikom su da uspore svoju samostalnost ili da svojim zadržavanjem uz roditelje preuzmu na sebe ulogu zaštitnika roditeljskog braka. Proces odvajanja roditelja od djece i djece od roditelja je izuzetno stresan doživljaj i moguć je samo ako su prethodne faze razvoja uspješno završene. Sada roditelji imaju zadatak da prihvate svoju djecu kao odrasle osobe a i da se nakon odlaska djece ponovo posvete sopstvenom bračnom odnosu.

Zadnja faza roditeljstva je ona u kojoj roditelji ponovno uče izgraditi bračne odnose bez djece jer su ona najčešće već započela svoj novi, samostalni život. Uče se postavljati i ostvariti nove ciljeve u životu. I na kraju uče prihvatiti i što bolje odigrati svoju novu ulogu, onu bake odnosno djeda (Ljubetić, 2007).

## **5. SINDROM PRAZNOG GNIJEZDA I BRAČNA DINAMIKA**

Svaki roditelj želi da njegovo dijete odraste i osamostali se. No kad se to dogodi, mnogi roditelji mogu osjećati tugu zbog iznenada prazne kuće. Iako je ovaj trenutak za svakog roditelja prožet dubokim i nerijetko konfuznim emocijama, do njega, u većini slučajeva, mora doći. Djeca moraju započeti svoj život, a roditelji moraju moći nastaviti sa svojim. Samo po sebi, osamostaljenje treba biti pozitivan događaj za roditelje jer je cilj njihova odgoja bio stvaranje samostalne i odrasle osobe. Sav odgoj išao je upravo za tim da djeca postanu samostalne, odrasle osobe. Međutim, nije uvijek tako. Na odlazak djece iz

roditeljskog doma se moramo spremati ili ćemo doživjeti, kako Sremić (1982) navodi "dramatično trganje iz živog tkiva obitelji". Djeca odrastaju i prije ili kasnije odluče se na novi put, u potpunu autonomiju. Žene obično pate više od muškaraca kada dođe trenutak odlaska djece iz roditeljskog doma, a najviše ističu osjećaj gubitka i osamljenosti. Ova vrsta iskustva koju doživi većina roditelja je često emocionalno izazovna, posebno zato što rezultira brojnim promjenama koje su povezane s pomiješanim osjećajima radosti i ponosa, ali i tuge i boli. S vremenom se roditelji naviknu na novi život bez djece kod kuće, a sindrom praznog gnijezda izaziva najviše poteškoća na samom početku. To je djelomično zato što roditelji shvaćaju da je vrijeme prebrzo prošlo i da su i oni sami dosegнули određene godine u kojima će im uskoro trebati pomoć i podrška. Sukladno tome, javlja se osjećaj nesigurnosti i straha od samoće. Kvaliteta bračnih odnosa usko je povezana s odlaskom djece iz doma. Tako oni brakovi koji su funkcionirali samo radi forme nakon pražnjenja gnijezda često pucaju, jer više ne postoji potreba za glumom (Japec, 2012).

### **5.1. Sindrom praznog gnijezda**

Djeca napuštaju roditeljski dom i to je dio života, međutim, kada djeca napuste roditeljski dom ponekad se kod roditelja može dogoditi ono što je poznato pod nazivom "sindrom praznog gnijezda". U literaturi je ovaj fenomen slabo istražen, iako se većina roditelja suočava sa ovom fazom roditeljskog života. Neki od autora su definisali sindrom praznog gnijezda.

Sindrom praznog gnijezda psihološki je termin, ali i prirodni proces odvajanja djeteta od roditelja u njihovoj odrasloj dobi, bilo da je riječ o odlasku na fakultet, udaji ili ženidbi, ili pak naprosto selidbi u drugi grad ili čak samo na drugi kraj grada ili sela. Sindrom praznog gnijezda odnosi se na razdoblje kada dijete trajno ili privremeno napusti roditeljski dom a koje karakterizira mnoštvo izmiješanih, intenzivnih osjećaja (Granić, 2019). Kako navodi Nezirević (2020) to je uobičajeni događaj – razvojna faza s kojom se suočavaju roditelji srednje živote dobi. Odlazak djeteta značajan je događaj i za roditelje i za dijete, koji donosi velike promjene u njihove živote te zahtijeva prilagodbu.

"Otiskivanje" najmlađeg djeteta u njegovu vlastitu obitelj i karijeru je jedan od najvažnijih događaja u nekoj obitelji. Majka obično ima između 45 i 50 godina, a otac je možda nekoliko godina stariji. Oni se zajedno suočavaju s novom prilagodbom – sa životom u

praznom gnijezdu; riječima društvenih znanstvenika, oni su poslijeroditeljska obitelj. Poslijeroditeljska obitelj je pojava 20. stoljeća. Kada se broj poslijeroditeljskih obitelji dramatično povećao, znanstvenike je počeo zanimati psihološki učinak praznog gnijezda. Za većinu roditelja, pražnjenje gnijezda nije naročito uznemirujuće iskustvo. Mnogi ljudi otkriju da im se život mijenja nabolje. Nakon što su se djeca otisnula, oni imaju vremena za nove planove, putovanja ili jednostavno za osobna zadovoljstva, te imaju novca da ostvare te želje. Iako se pretpostavlja da će majka najviše patiti zbog odlaska djece, ona je ujedno osoba koja od toga ima najviše koristi. Njen se posao prepolovi. Roditelji se ponovo nađu u ulozi “muža i žene” i više nisu prvenstveno “otac i majka” što pruža priliku za više razgovora i bliskosti. Većina roditelja doživljava duboko zadovoljstvo zbog uspješnog izvršenja onoga što oni vide kao svoje “životne obaveze”, roditi i podići djecu do dobi u kojoj se oni mogu brinuti sama za sebe. Većina žena se ne boji praznog gnijezda, one mu se vesele. U novijim je studijama ispitano značenje napuštanja doma za dijete u mlađoj odrasloj dobi. Napuštanje gnijezda ima višestruka značenja, uključujući samostalnost, emocionalno odvajanje, finansijsku neovisnost, te osnivanje vlastite obitelji. Noviji demografski trendovi ukazuju na to da se gnijezdo sporije prazni ili da se može ponovo napuniti povratkom mlađe odrasle djece. Dva su faktora važna za napuštanje gnijezda: obiteljska struktura i očekivanja o dobi za stupanje u brak, npr. prije napuštanju gnijezdo djeca iz usvojenih obitelji i s jednim roditeljem (Schaie i Willis, 2001).

U našoj kulturi odlazak djece iz porodice generalno je usporen dok se u američkoj kulturi odlazak sa osamnaest godina iz porodičnog doma posmatra kao normalan razvojni put. Naravno da ostajanje u roditeljskom domu pored psiholoških razloga često bude i ekonomski, što ponekad utiče da u kući žive i tri generacije zajedno (Kuluglija, 2014).

Mnogi roditelji odlazak djece iz obiteljskog doma doživljavaju različito, neki pozitivno a neki negativno. Za neke je to izvor različitih osjećaja: s jedne strane ponos, sreća i ljubav, a s druge se često javljaju osjećaji usamljenosti, tuge i gubitka. Sasvim je uobičajeno da se pojedinci tako osjećaju u određenom vremenskom razdoblju. Problem može nastati kada se ti osjećaji s vremenom nastave i učvršćuju, a osoba se teško prilagođava novoj obiteljskoj situaciji. Iako sindrom kao takav nije klinički poremećaj, dugoročno, takvo stanje može dovesti do ozbiljnih depresivnih i anksioznih smetnji koje zahtijevaju liječničku pomoć. Roditeljsko zadovoljstvo u razdoblju tzv. praznog gnijezda, odnosno u starijih roditelja odrasle djece, rjeđe je bilo predmet istraživačkog zanimanja. U istraživanjima odnosa starijih roditelja i njihove odrasle djece može se primijetiti preusmjerenje interesa s roditeljske brige za djecu na brigu odrasle djece o ostarjelim i onemoćalim roditeljima. Ipak, roditeljstvo

i u starijih osoba, iako najčešće lišeno tereta aktivne roditeljske uloge, ostaje važan aspekt života koji snažno utječe na njihovu dobrobit. Rezultati ranijih istraživanja pokazali su da roditelji nakon što im djeca napuste roditeljski dom ostaju usmjereni na djecu, nastoje očuvati bliske kontakte s njima, a odnos s djecom ostaje važan izvor njihove životne sreće i zadovoljstva (DeVries, Hostler i Watson, 2002; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Sindrom praznog gnijezda nije klinički poremećaj niti se postavlja kao dijagnoza. Riječ je o prijelaznom životnom razdoblju koji se javlja u određenom periodu života i s vremenom nestaje. Sasvim je normalno da pojedinac u tom trenutku može osjećati tugu, gubitak, depresivno raspoloženje, usamljenost ili besmisao, a stručna pomoć nije potrebna osim ako simptomi ne potraju predugo. U nekim situacijama su simptomi teži, posebno ako su roditelj i dijete imali određene sukobe, neprijateljstva ili odvojenosti prije nego što je dijete odselilo od kuće. Stoga je nužno uzeti u obzir da najbolji ishod u ovakvim situacijama uključuje smislen odnos i podršku između roditelja i djeteta. U tom slučaju se pozitivni odnosi održavaju i nakon što dijete ode iz roditeljskog doma, a sindrom praznog gnijezda nije toliko izražen te s vremenom nestaje (Granić, 2019). Kada je u pitanju sindrom praznog gnijezda, posebna pažnja se mora posvetiti roditeljima kojima simptomi značajno ometaju svakodnevni život i rad.

Liječenje se može preporučiti samo ako usamljenost, depresija i tuga na bilo koji način nadvladaju pojedinca i njegovu svakodnevicu do te mjere da ne može održavati nikakvu zdravu interakciju s ljudima oko sebe. Pritom je najkorisnija psihoterapija kako bi se moglo upravljati simptomima i mijenjati određene obrasce razmišljanja. Za mnoge se suočavanje s praznim gnijezdom ublažava ostajanjem u kontaktu s djetetom. Roditelj može biti u kontaktu sa svojim djetetom putem tekstualnih poruka, e-maila, videopoziva ili telefonskih poziva. Međutim, dijete treba biti samostalno i kako nije uredu da ga zovemo desetak puta na dan, sasvim je ok da se dogovorimo sa djetetom u koje vrijeme i koliko često ćete kontaktirati. U doba stresa i usamljenosti, najbolje je potražiti socijalnu podršku koja također može biti od pomoći. Pored svega navedenog, preporučuje se zdrav način života u obliku aktivnog provođenja vremena u prirodi, zdravoj prehrani, vježbanju i odmoru. Umjesto da se usredotoče na djetetov odlazak, neki roditelji se s ovim prijelazom jednostavnije nose kada pažnju preusmjere na hobije, putovanja, prijateljstva, karijeru ili obrazovanje. U svakom slučaju, potrebno je neko vrijeme kako bi se roditelji potpuno prilagodili na novi način života.

Osim roditeljske, čovjek ima brojne uloge. Uloga supružnika, prijatelja, susjeda, stručnjaka, člana nekog kluba ili bilo koja druga predstavljaju bogatstvo u životu. Ako su

zanemarene, treba im se ponovno posvetiti i izgraditi ih, što je moguće u vrlo kratkom roku. Tako se dolazi do istinskog ispunjenja, a opterećivanje s djecom popušta (Japiec, 2012).

Na pitanje zašto adolescentov odlazak od kuće mora značiti toliki problem i obiteljsku krizu, poznati psihijatar Haley odgovorio je: "Naša kultura ne pruža nikakvo formalno sredstvo koje bi olakšalo prijelaz. Mnoga primitivnija društva imaju posebni ceremonijal za trenutak odlaska. To su ceremonija inicijacije, gdje mladi čovjek mora proći određene kušnje. Od tog trenutka dalje roditelji moraju drukčije postupati s njima." Kod nas takvih običaja nema, a ni normi s obzirom na odvajanja. Nije ništa čudno i ako djeca ostanu živjeti s roditeljima i kad odrastu, ali pod uvjetom da su zadovoljni i da zarađuju sami za sebe. Ipak treba reći da nema ništa neobičnog ni u tome ako sin ili kćerka odluče ostati s roditeljima i kad odrastu. Ako su te osobe zadovoljne, rade i zarađuju za svoj život, stvar je u redu. Slučaj postaje zabrinjavajući ako sin ili kćerka ostaju kod kuće pa su zbog toga stalno nezadovoljni, nedorasli, neuspješni, tako da se roditelji moraju brinuti za njih (Szentmartoni, 1984).

Tuga zbog odlaska djece sastavni je dio života i ne zahtjeva stručnu pomoć već prilagodbu, jačanje društvenih mreža i braka te ponos radi uspješnog odgoja (Japiec, 2012).

## **5.2. Povratak u "život u dvoje"**

Jedan od najvećih izazova s kojim se roditelji susreću u ovom životnom razdoblju je povratak u "život u dvoje". Dugi niz godina fokus je bio prvenstveno na roditeljskoj ulozi, njihova svakodnevica bila je ispunjena brigama oko djece, a sada kada njih više nema, pred roditeljima je zadatak da reorganiziraju svoj život i ponovno otkriju vrijednosti života u paru (Nezirević, 2020).

Japiec (2012) ističe da je kvaliteta bračnih odnosa usko povezana s odlaskom djece iz doma. Tako oni brakovi koji su funkcionirali samo radi forme nakon pražnjenja gnijezda često pucaju, jer više ne postoji potreba za glumom. Zbog toga se sve više ljudi u 50-ima rastaje. Ako je brak bio klimav i razlike su počivale na drugačijim stavovima u odgoju ili financijama, odlazak djece može biti odlična prilika za zbližavanje partnera i produblјivanje odnosa (Japiec, 2012).

Često se dogodi da se supružnici više međusobno sukobljavaju i ne pronalaze zadovoljavajuće rješenje za svoje probleme. Umjesto da su radosni i ispunjeni u braku, osjećaju kao da su poraženi i frustrirani. Imaju više vremena posvetiti se jedno drugom, ali

više ne znaju kako biti zajedno - sami. Međusobna prisutnost im smeta umjesto da ih raduje. Dakle, dešava se da supružnici zaborave šta je to što ih je spojilo, imali su zajednički projekt zvan odgoj i podizanje zajedničke djece i kad je on završio (ili bar naizgled se priveo kraju), kraj vas je stranac s kojim ne znate šta bi pričali, kako bi proveli vrijeme zajedno, što vas dvoje uopće više veže i interesira. Za neke roditelje je ovo pak poput "drugog medenog mjeseca" odnosno prilika da ponovno otkriju svoje osjećaje, posvete se jedno drugome, vrate se u ono već pomalo zaboravljeno doba, kada djece još nije ni bilo. Takvi parovi, koji se zbliže nakon odlaska djece prolaze kroz iskustvo praznog gnijezda s većom lakoćom i znatno manje tegoba (Nezirević, 2020). Roditelji si mogu međusobno pomoći tako što će se zbližiti i prepoznati dobre strane samoće. Trebali bi ostvariti svoje snove, razviti skrivene interese i ispuniti svoje želje. Napokon imaju vremena za sve svoje planove. Odnos među supružnicima može se promijeniti. Postaju si međusobna potpora i oslonac, posebno u slučaju bolesti. Kada bračni par nastoji njegovati kvalitetan odnos, s vremenom će otkriti radost i zadovoljstvo u novonastaloj situaciji.

Zanimljivi su rezultati istraživanja njemačkih znanstvenika koji pokazuju da djeca čine roditelje sretnijima, ali tek pošto napuste roditeljski dom. Tim znanstvenika s njemačkog sveučilišta u Heidelbergu koji je vodio profesor Christoph Becker, otkrio je da su roditelji čija su odrasla djeca napustila obiteljsko gnijezdo zadovoljniji životom te da pokazuju manje naznaka depresije. Pojasnili su da se to može objasniti činjenicom po kojoj se u takvoj situaciji roditelji konačno mogu osloniti na vlastitu odraslu djecu koja im mogu financijski pomoći i eventualno brinuti o njima, ako bude potrebno. Ta činjenica za roditelja ima velik značaj i baca u zaborav ranije stresne situacije iz razdoblja njihova odgoja. Rezultati njihove studije su pokazali da je s dobrobiti pojedinca i s izostankom simptoma depresije povezan i stabilan brak, a značajnu odrednicu u ostvarenju dobrobiti i sreće čini i mreža društvenih kontakata jer je iznimno važno podijeliti osjećaje i misli s drugim ljudima (Becker, Kirchmaier i Trautmann, 2019).

Roditelji bi ovu fazu roditeljstva trebali sagledati sa njene pozitivne strane. Odnosno, potrebno je da shvate da sada, konačno, imaju dovoljno vremena za sebe i za stvari koje će ih činiti sretnim. Bez obzira da li govorimo o roditeljstvu ili o bilo kojoj drugoj ulozi u životu, poštovanje sebe, svojih potreba i rad na sebi je ključni temelj za samoaktualizaciju i doživljaj ispunjenosti i smislenosti. Dakle, bez obzira u kojoj se trenutno fazi života nalazimo, trebamo da vodimo računa o svojim potrebama. Prije nego što dođe do osamostaljenja djece, trebamo ulagati u svoje slobodno vrijeme, partnerski odnos, hobije i rad na sebi generalno, naravno, ne

zanemarujući ni roditeljsku ulogu. Tako će odlazak djeteta biti izazovan, ali ćemo lakše moći da reorganiziramo svoje vrijeme, prilagodimo se na nove uloge i nastavimo da vodimo ispunjen i kvalitetan život.

## 6. ZAKLJUČCI

Tijekom životnog ciklusa možemo pratiti razvojne promjene, kako na individualnom tako i na bračnom i obiteljskom planu. Dvije osobe koje stupe u ljubavnu vezu te odluče da stupe u brak, zajedno prolaze kroz razne životne faze. U ovom radu nastojala se prikazati dinamika bračnih odnosa kroz koju prolaze bračni parovi tokom različitih faza života. Postoji nekoliko kritičnih tački promjena bračnog i obiteljskog života, a to su rođenje djeteta i dobivanje roditeljske uloge, odlazak djece iz roditeljskog doma. Svaki od ovih perioda zahtijeva od bračnog para novu prilagodbu i redefiniranje uloga, očekivanja i odgovornosti. U povijesti čovječanstva ženidba i brak javljali su se u raznim oblicima; najčešće se obitelj javlja kao monogamna zajednica muškarca i žene, a uz nju javlja se i poligamna obitelj. Obitelj se kroz povijest mijenjala, na što su utjecale promjene u međuljudskim odnosima od prapovijesti do danas, i to u društvenom, privrednom, kulturnom i političkom pogledu.

U današnje vrijeme sve obitelji, bilo one tradicionalne ili suvremene, susreću se sa izazovima koji im se nalaze na putu. Užurban život i manjak slobodnog vremena utječu na odnose općenito, a posebno unutar obitelji. Suvremeni oblici obitelji nastale su kao odgovor na situacije koje današnje društvo prolazi i sa čime se suočava. Smatram kako je svaka situacija na koju odgovaramo stvar naše sposobnosti prilagodbe, te kako za sve postoji rješenje ukoliko za to osobe imaju dovoljno motivacije. Suvremeni oblici obitelji svojim postojanjem i prilagođavanjem na situaciju dokazuju kako je moguće živjeti i stvoriti pozitivnu obiteljsku klimu. Svaka obitelj je posebna i sebi svojstvena, te se prema njoj tako moramo i odnositi. Razlike postoje kako ne bismo svi bili jednaki, te se ponekad treba zamisliti nad činjenicom da svakog od nas upravo te razlike formiraju kao osobe. Svaka mlada osoba želi pronaći odgovarajućeg životnog partnera s kojim će dočekati starost jer to osobu uvjerava da može imati miran i sretan život. Razumnom čovjeku, dobri partnerski odnosi temelje se na realnim očekivanjima partnera, što znači da partneri ne bi trebali očekivati da će veza ispuniti baš sve njihove potrebe, odnosno da će partner biti savršen u svakom pogledu.



Stavovi prema rodnim ulogama također određuju dinamiku procesa u obitelji (raspodjelu moći unutar obitelji, brigu za djecu i kućanske poslove, konflikte, socijalnu podršku od članova obitelji i opće obiteljsko funkcioniranje), a svi ovi faktori potom mogu imati utjecaja na pojedinčevu procjenu zadovoljstva vlastitom obitelji. Zbog zaposlenosti oba roditelja, majčina se uloga u kućanstvu može smanjiti, a otac može više prisustvovati u odgoju i skrbi za dijete. Suvremena istraživanja unutar društvenih znanosti daju rezultate koji pokazuju kako su i majka i otac jednako važni za djetetov razvoj, dok se u tradicionalnim obiteljima smatralo da je očeva uloga u razvoju djeteta manje važna od majčine uloge kojoj je pripadala cjelokupna zadaća skrbi i odgoja djeteta. U suvremenom roditeljstvu očinstvo dobiva nove dimenzije i karakteristike.

Dijete donosi veliku radost u obitelj ali također utiče i na dinamiku braka. Roditelji često mijenjaju životni stil nakon djetetova rođenja. Mijenjaju se i njihovi stavovi i shvaćanja o odgoju kad se konkretno dijete pojavi. Mijenja se i odnos između muža i žene koji može biti pozitivan u smislu međusobnog pomaganja, ali može izazvati suparništvo ili ići čak do razilaženja s obzirom na pravila ponašanja i djetetova prava. Bez obzira što djeca zahtijevaju brigu roditelja, roditelji ne trebaju u potpunosti zaboraviti na sebe, na to kakvi su bili prije rođenja i podizanja djeteta, što su voljeli, koga su voljeli, što su radili i s kim. Ulaganje u dobar odnos, koje ponekad podrazumijeva i bračnu terapiju, nije samo davanje i pružanje ljubavi i podrške, već taj odnos može biti mjesto gdje se roditelji pune energijom. Svaki roditelj rođenjem djeteta mora biti spreman na promjene. Važno je educirati se o potrebama djeteta i o njegovom razvojnom putu. Roditeljstvo je kompleksna uloga koja je za svakog pojedinca drugačija. Ona obuhvaća: brigu za dijete, prilagođavanje djetetu, aktivnosti koje pomažu razvoju djeteta. Da bi dijete bilo uspješno važno je da ima osobu od povjerenja s kojom se može povezati i koja će mu pomoći rasti. Djeca često odgađaju fazu osamostaljivanja, što za posljedicu ima suživot dvije odrasle generacije u istoj obitelji. Mladi izbjegavaju donošenje konačnih odluka, jer žele biti slobodni i imati mogućnost isprobati više stvari. Odgađanje donošenja konačne odluke, s druge strane može biti i pozitivno, jer mlada osoba dobija vrijeme potrebno za sazrijevanje kako bi mogla donijeti odluku. Ipak, previše razmišljanja kod donošenja odluka često za posljedicu ima odgađanje, a nerijetko i ne donošenje istih. Na to utječu i problemi nezaposlenosti i nemogućnost pronalaska rješenja po pitanju prostora za stanovanje. Roditelji koji su svu svoju energiju i trud ulagali u manji broj djece, teško će se pomiriti s činjenicom da bi ta ista djeca jednom trebala napustiti roditeljski dom. Roditelj više nije jedinka za sebe pa tako dijete utječe i na mišljenje, osjećaje, ponašanje

roditelja, mijenja njihovu sliku o sebi i sliku koju o njima ima okolina. Doživljaj roditeljstva značajna je promjena u cjelokupnom identitetu pojedinca.

Odvajanje mladih od roditelja temeljna je etapa na putu prema psihološkoj samostalnosti. Međutim, ova etapa može teško pasti roditeljima. Samo po sebi, osamostaljenje treba biti pozitivan događaj za roditelje jer je cilj njihova odgoja bio stvaranje samostalne i odrasle osobe. Međutim, nije uvijek tako. Kod roditelja se javlja sindrom „praznog gnijezda“. Neki autori smatraju da se javlja češće kod majki. Majke se suočavaju se s gubitkom majčinske funkcije, koja im je dosad bila gotovo središnja funkcija i postaju ovisnije o mužu. Drugim riječima, moraju se ponovo vratiti ulozi supruge. Stoga se majka obično jače nego otac, odupire osamostaljenju djece. Psihološki problem odvajanja je prisutniji kod roditelja od djece nego odvajanja djece od roditelja. Nakon odlaska djece iz porodičnog doma, bračni par ostaje sam, te je potrebno da se ponovno prilagode jedan drugom i pripreme za dolazak novih članova porodice.

## 7. LITERATURA:

- Bartley, S. J., Blanton, P. W., & Gilliard, J. L. (2005). Husbands and wives in dual-earner marriages: Decision-making, gender role attitudes, division of household labor, and equity. *Marriage & Family Review*, 37(4), 69-94.
- Bartolac, A., Kamenov, Ž., & Petrak, O. (2011). Rodne razlike u obiteljskim ulogama, zadovoljstvu i doživljaju pravednosti s obzirom na tradicionalnost stava. *Revija za socijalnu politiku*, 18(2), 175-194.
- Bauk, I. (2013). *Sindrom produženog djetinjstva i stanovanje s roditeljima u zrelim godinama* (diplomski rad). Odsjek za sociologiju Filozofski fakultet u Zagrebu, Zagreb, Republika Hrvatska.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 117(3), 497.
- Becker, C., Kirchmaier, I., & Trautmann, S. T. (2019). Marriage, parenthood and social network: Subjective well-being and mental health in old age. *PloS one*, 14(7), e0218704.
- Bradshaw, J., & Šimat, M. (2000). *Posve nov način da pronadete sami sebe*. Zagreb: Barka.
- Brajdić-Vuković, M., Birkelund, G. E., & Štulhofer, A. (2007). Between tradition and modernization: Attitudes toward women's employment and gender roles in Croatia. *International Journal of Sociology*, 37(3), 32-53.
- Brajša, P. (2009). *Brak i obitelj iz drugog kuta*. Zagreb: Glas Koncila.
- Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj - Emocionalni i socijalni razvoj*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Brajša-Žganec, A., Lopižić, J., & Penezić, Z. (2014). *Psihološki aspekti suvremene obitelji, braka i partnerstva*. Zagreb: Hrvatsko psihološko društvo.
- Britannica, T. E. (2020). Marriage. *Encyclopedia Britannica*. Preuzeto 10.06.2021. s <https://www.britannica.com/topic/marriage>
- Čudina-Obradović, M., & Obradović, J. (2002). Potpora roditeljstvu: izazovi i mogućnosti. *Revija za socijalnu politiku*, 10(1), 45-68.

- Čudina-Obradović, M., & Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden Marketing - Tehnička knjiga.
- Deutsch, F. M., Lussier, J. B., & Servis, L. J. (1993). Husbands at home: Predictors of paternal participation in childcare and housework. *Journal of personality and social psychology*, 65(6), 1154.
- Georgievski, A. (2019). *Načini prestanka braka*. (Doctoral dissertation). College of Applied Sciences" Lavoslav Ružička" in Vukovar. Administrative Department.
- Gjergji, L. (1982). Obitelj i brak- mjesto autentičnog susreta osoba. *Obnovljeni Život: časopis za filozofiju i religijske znanosti*, 37(4.), 320-336.
- Granić, M. (2019). Sindrom praznog gnijezda – odlazak djece iz roditeljskog doma. *Kreni zdravo*. Preuzeto 18.06.2021. s <https://www.krenizdravo.rtl.hr/zdravlje/psihologija/sindrom-praznog-gnijezda-odlazak-djece-iz-roditeljskog-doma>.
- Japec, M. (2012). Sindrom praznog gnijezda: Rastanak može proći bez boli. *24 sata*. Preuzeto 18.06.2021. s <https://www.24sata.hr/lifestyle/sindrom-praznog-gnijezda-rastanak-moze-proci-bez-boli-280450>.
- Jugović, I. (2004). *Zadovoljstvo rodnim ulogama* (diplomski rad). Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu, Zagreb, Republika Hrvatska.
- Kardum, T. (2015). *Utjecaj razvoda roditelja na ponašanje djeteta* (Završni rad). Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu, Zagreb, Republika Hrvatska.
- Kokanović, M. (2018). *Psihološka priprema mladića i djevojke u vidu pripreme za brak* (doktorska disertacija). Odsjek za filozofiju i povijest, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku.
- Kokorić, M., Šimunić, A., & Gregov, L. (2014). Stav o bračnim ulogama i percepcija obiteljskih odnosa kod zaposlenih supružnika. *Revija za socijalnu politiku*, 21(1), 1-17.
- Koračević, K. (1999). Novije promjene u življenju i shvaćanju braka i obitelji. *Katolički bogoslovni fakultet Sveučilišta u Zagrebu*, 69(2-3), 271-283.

- Kuluglija, D. (2014). Bračni odnosi i harmonizacija porodičnih odnosa. *Porodica*. Preuzeto 20.06.2021. s <http://porodicno.ba/wp-content/uploads/2014/03/Bra%C4%8Dni-odnosi-i-harmonizacija-porodi%C4%8Dnih-odnosa.pdf-D%C5%BDENANA.pdf>
- Ljubetić, M. (2007). *Biti kompetentan roditelj*. Zagreb: Mali profesor.
- Major, B. (1993). Gender, entitlement, and the distribution of family labor. *Journal of Social Issues*, 49(3), 141-159.
- Maleš, D. (2012). Obitelj i obiteljski odgoj u suvremenim uvjetima. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 18(67), 13-15.
- Miliša, Z. (2014). *Šok današnjice*. Osijek: Filozofski fakultet Osijek.
- Movrić, M. (1979). Psihopedagoški aspekti braka. *Bogoslovska smotra*, 49(1-2), 106-113.
- Nezirević, E. (2020). Sindrom praznog gnijezda. *Zdravi grad Poreč*. Preuzeto 18.06.2021. s <https://www.zdravi-grad-porec.hr/strucne-teme/sindrom-praznog-gnijezda/>.
- Pernar, M. (2010). Psihološke odrednice braka. *Medicina Fluminensis: Medicina Fluminensis*, 46(3), 248-254.
- Rakić, B. (1983). *Ko sam ja: susret sa sobom*. Zagreb: Pedagoška akademija za obrazovanje učitelja.
- Ritzer, G. (1997). *Suvremena sociologijska teoija*. Zagreb: NZ Globus.
- Schaie, K., & Willis, S. (2001). *Psihologija odrasle dobi i starenja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Sremić, J. (1982). Dolazak i značenje djece u braku te njihov odlazak iz obitelji. *Obnovljeni život: časopis za filozofiju i religijske znanosti*, 37(6.), 513-522.
- Stevanović, M. (2000). *Obiteljska pedagogija*. Varaždinske Toplice: Tonimir.
- Szentmartoni, M. (1984). Problemi suvremene obitelji. *Obnovljeni život: časopis za filozofiju i religijske znanosti*, 39(6.), 468-477.
- Šoštarko, J. (2016). *Utjecaj roditeljskog odgoja na razvoj djeteta*. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu.

- Štalekar, V. (2010). Dinamika obitelji i prvi teorijski koncepti. *Medicina Fluminensis: Medicina Fluminensis*, 46(3), 242-246.
- Tucak Junaković, I., Nekić, M., & Ambrosi-Randić, N. (2016). Roditeljsko zadovoljstvo, generativnost i uspješno starenje. *Suvremena psihologija*, 19(2), 149-162.
- Vasta, R., Haith, M., Miller, S., & Arambašić, L. (1997). *Dječja psihologija: moderna znanost*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Witt, S. D. (1997). Parental influence on children's socialization to gender roles. *Adolescence*, 32(126), 253.